

らいふまっぴ

発行者／中標津町教育委員会 社会教育課
〒086-1197 中標津町丸山2丁目22番地
TEL 0153-74-0174 FAX 0153-72-7757

2026

9

vol.341



中標津町総合体育館開館10周年記念

第49回文化講演会

谷本道哉 講演会

**「いつまでもいきいき元気に！
健康寿命を延ばす簡単筋トレ法」**

と き／11月6日(金) 18時30分開場 19時開演

ところ／しるべっとホール

講 師／谷本 道哉 氏

順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科教授／日
本オリンピック委員会医科学スタッフ／日本ボディ
ビル連盟医科学委員／日本版ナッジ・ユニットの有
識者委員兼ナッジアンバサダー

入場料／無料（入場券が必要） ※全席指定、未就学児入場不可

入場券配布／一般配布開始9月18日(金) 9時～

配布場所／しるべっと窓口、オンラインチケットサービス

※入場券はお一人様3枚まで ※なくなり次第、配布終了

主 催／(一財)中標津町文化スポーツ振興財団



「感謝の10周年 つなぐ未来への絆」

～10年間の想いや10年後に向けてメッセージを書き込もう！～

内 容／「感謝の10周年 つなぐ未来への絆」をテーマにし
た横断幕を作成し、総合体育館ロビーに掲示します！
横断幕には来館された皆さんが自由にメッセージを記
入できますので、ぜひご参加ください！

掲示期間／10月1日(木)～12月25日(金)

